

# Speiseplan vom 10.03.2025 bis 16.03.2025, 11.Kalenderwoche



Montag, 10. März 2025				Dienstag, 11. März 2025				Mittwoch, 12. März 2025				Donnerstag, 13. März 2025				Freitag, 14. März 2025			
<b>MITTAGESSEN VEGETARISCH</b>																			
1870,2 kJ	73 g (KH)	11,6 g (Ft)	9,5 g (EW)	1394,8 kJ	56,4 g (KH)	6,8 g (Ft)	9,1 g (EW)	1991,5 kJ	65,4 g (KH)	15,7 g (Ft)	15,9 g (EW)	950,7 kJ	37,9 g (KH)	4,6 g (Ft)	8,9 g (EW)	2281,7 kJ	76,1 g (KH)	18,8 g (Ft)	12,2 g (EW)

<b>MITTAGESSEN VOLLWERT</b>																			
2303,4 kJ	96,2 g (KH)	9,6 g (Ft)	14,6 g (EW)	1478,1 kJ	37,6 g (KH)	15,5 g (Ft)	14,1 g (EW)	1789,6 kJ	46,5 g (KH)	16,1 g (Ft)	23,8 g (EW)	2619,4 kJ	80,3 g (KH)	22,8 g (Ft)	20,6 g (EW)	1881,2 kJ	68,2 g (KH)	7,4 g (Ft)	24,4 g (EW)
Tomatencremesüppchen G	gekochtes Ei Ei			Sancocho -Kolumbianischer Eintopf	Vollkorn-Spirelli G	Seelachswürfel in													
Vollkornbrot G	in milder Senfsoße G,Mz,Sf,M			G,M,Mz	Brokkoli Mz,M	Möhren-Curry Soße G,Mz,Fi,M													
Kartoffelpuffer G,Ei	Kartoffelstampf Mz, M			(Hähnchenkeule, Mais, Kartoffel, Tomaten, Zwiebeln,Pastinaken)	Frischkäsesoße G,Mz,M	Reis													
				Vollkornbrot G	Topping: Sesam Se														
Apfelmus 3	Mizeria M,Mz (Polnischer Gurkensalat)			Äpfel	Möhrenrohkost	Banane													

<b>SALAT und OBST FÜR BEIDE MENÜS</b>																			
Apfel	Birnen			Blattsalatmix mit	Clementinen	Gurkensalat													
Möhrensticks	Rote Bete-Apfel Rohkost			Frenchdressing Sf	Paprikasticks	Topping: frische Petersilie													
Topping: Chia Samen	Topping: Sesam Se			Topping: Kürbiskerne	Topping: Sonnenblumenkerne														

**Legende der Zusatzstoffe:** 1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 5 - geschwefelt, 6 - geschwärzt, 7 - gewachst, 8 - mit Phosphat, 9 - mit Süßungsmittel, - enth. eine Phenylalaninquelle

**Legende der Allergene:** G - enth. Gluten, Ei - enth. Ei, So - enth. Soja (gen-tech-frei), Mz - enth. Milch einschl. Laktose, Fi - enth. Fisch, Sl - enth. Sellerie, N - enth. Schalenfrüchte, E - enth. Erdnüsse, Sf - enth. Senf, Se - enth. Sesam, Sw - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, Lu - enth. Lupinen, K - enth. Krebstiere, M - mit Milcheiweiß



Ziel des Projektes ist es, die Herkunft regionaler Bio-Lebensmittel transparent zu machen und die ökologische und soziale Nachhaltigkeit regional erzeugter Bio-Lebensmittel herauszustellen. Mehr Informationen gibt es unter: [www.loewenzahn-catering.de/de/regional-kalender](http://www.loewenzahn-catering.de/de/regional-kalender)

Wir behalten uns Änderungen am Speiseplan vor!

Wir verwenden BIO-Produkte (DE-ÖKO-070) bei Sättigungsbeilagen außer Zartweizen; weiterhin bei Margarine sowie Milch und Milchprodukten außer Parmesan & Butter. Fleisch- und Wurstwaren beziehen wir von Neulandfleischereien (Verein für tiergerechte und umweltschonende Nutztierhaltung e.V.)



# Speiseplan vom 17.03.2025 bis 23.03.2025, 12.Kalenderwoche



Montag, 17. März 2025				Dienstag, 18. März 2025				Mittwoch, 19. März 2025				Donnerstag, 20. März 2025				Freitag, 21. März 2025			
<b>MITTAGESSEN VEGETARISCH</b>																			
1932,9 kJ	75 g (KH)	9,3 g (Ft)	13,6 g (EW)	1947,8 kJ	66 g (KH)	16,8 g (Ft)	(EW)	2019,3 kJ	73,6 g (KH)	12,3 g (Ft)	14,8 g (EW)	2501,3 kJ	66,7 g (KH)	24,9 g (Ft)	23,7 g (EW)	1189,8 kJ	35,4 g (KH)	11,3 g (Ft)	11,7 g (EW)

<b>MITTAGESSEN VOLLWERT</b>																			
2597,3 kJ	80,5 g (KH)	14,9 g (Ft)	21,8 g (EW)	2029,2 kJ	48,1 g (KH)	23,1 g (Ft)	(EW)	2171,8 kJ	74,8 g (KH)	18,4 g (Ft)	11,1 g (EW)	1978,5 kJ	69,7 g (KH)	11,2 g (Ft)	21,2 g (EW)	1532,4 kJ	36,3 g (KH)	17,2 g (Ft)	15,8 g (EW)
Penne G				Geflügelbratwurst Sl				Spinatbratling G,M,Mz,Ei,Sl				mildes Chili con Tofu G,So				paniertes Seelachsfilet Fi			
Gorgonzolasoße G,M,Mz				Braune Soße G,Sf,1				Tomaten-Ricotta-Soße G,M,Mz				(Bohnen, Möhren, Paprika, Tomaten, Zwiebeln)				Möhrensoße M,Mz,G			
Erbsen M,Mz				Kartoffeln				Reis				Zartweizen G				Gemüsebulgur-Tomate mit Kidneybohnen G			
												Topping: Petersilie							
Äpfel				Kirschkompott 3				Kiwi				Schokopudding Mz,M,1,8				Bauernsalat			
<b>SALAT und OBST</b>																			
Möhrensticks				Apfel				Kohlrabi- und Gurkensticks				Banane				Clementinen			
Topping: frischer Schnittlauch				grüne Bohnen-Salat				Topping: Sesam Se				Bauernsalat				Topping: Bauernbrot G			
				Topping: Kresse								Topping: Kürbiskerne							

**Legende der Zusatzstoffe:** 1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 5 - geschwefelt, 6 - geschwärzt, 7 - gewachst, 8 - mit Phosphat, 9 - mit Süßungsmittel, - enth. eine Phenylalaninquelle

**Legende der Allergene:** G - enth. Gluten, Ei - enth. Ei, So - enth. Soja (gen-tech-frei), Mz - enth. Milch einschl. Laktose, Fi - enth. Fisch, Sl - enth. Sellerie, N - enth. Schalenfrüchte, E - enth. Erdnüsse, Sf - enth. Senf, Se - enth. Sesam, Sw - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, Lu - enth. Lupinen, K - enth. Krebstiere. M - mit Milcheiweiß



Ziel des Projektes ist es, die Herkunft regionaler Bio-Lebensmittel transparent zu machen und die ökologische und soziale Nachhaltigkeit regional erzeugter Bio-Lebensmittel herauszustellen.  
Mehr Informationen gibt es unter: [www.loewenzahn-catering.de/de/regional-kalender](http://www.loewenzahn-catering.de/de/regional-kalender)

Wir behalten uns Änderungen am Speiseplan vor!

Wir verwenden BIO-Produkte (DE-ÖKO-070) bei Sättigungsbeilagen außer Zartweizen; weiterhin bei Margarine sowie Milch und Milchprodukten außer Parmesan & Butter.  
Fleisch- und Wurstwaren beziehen wir von Neulandfleischereien (Verein für tiergerechte und umweltschonende Nutztierhaltung e.V.)



# Speiseplan vom 24.03.2025 bis 30.03.2025, 13.Kalenderwoche

Montag, 24. März 2025		Dienstag, 25. März 2025		Mittwoch, 26. März 2025		Donnerstag, 27. März 2025		Freitag, 28. März 2025											
<b>MITTAGESSEN VEGETARISCH</b>																			
1959,5 kJ	63,8 g (KH)	12,5 g (Ft)	20,4 g (EW)	1864,9 kJ	58,9 g (KH)	17,2 g (Ft)	11,2 g (EW)	1500 kJ	58,2 g (KH)	6,3 g (Ft)	16,8 g (EW)	1722 kJ	63,4 g (KH)	10,7 g (Ft)	13,3 g (EW)	2038,6 kJ	46,6 g (KH)	20,7 g (Ft)	27,3 g (EW)

<b>MITTAGESSEN VOLLWERT</b>																				
2221,3 kJ	92,9 g (KH)	9,8 g (Ft)	14,7 g (EW)	984,7 kJ	52,7 g (KH)	0,9 g (Ft)	5,9 g (EW)	2026,2 kJ	73,8 g (KH)	12,1 g (Ft)	15,7 g (EW)	1334,1 kJ	47,8 g (KH)	5,6 g (Ft)	18,2 g (EW)	2138,4 kJ	60,7 g (KH)	17,9 g (Ft)	21,9 g (EW)	
Tomaten-Gemüsesuppe G,Mz,M (Aubergine, Zucchini, Paprika Zwiebel) Vollkorn-Brot G Kaiserschmarren G,M,Mz,Ei Fruchtkompott-Beeren	Kartoffeleintopf Sl (Möhren, Sellerie, Zwiebeln, Porree) Vollkorn-Brot G Äpfel	Geflügelwurstgulasch G,Sf (Tomaten, Zwiebeln) Vollkornnudeln G Geriebener Hartkäse M,Mz	Lachswürfel in Ratatouille Samt Soße G, Mz, Fi, M (Aubergine, Zucchini, Paprika Zwiebel) Reis	vegane Hackrolle mit Tomatenfüllung G, Sf Petersiliensoße G,Mz,M Zartweizen G Fruchtquark Pfirsich Mz, M	Bauernsalat	Birne														
<b>SALAT und OBST</b>																				
bunte Paprikasticks Topping: Sesam Se	Apfel Topping: Kürbiskerne	Lollo Rosso mit Kräuterdressing Sf Banane Topping: frische Kräuter	Gurkensalat Topping: Schnittlauch	Möhrensticks Topping: Sonnenblumenkerne																

**Legende der Zusatzstoffe:** 1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 5 - geschwefelt, 6 - geschwärzt, 7 - gewachst, 8 - mit Phosphat, 9 - mit Süßungsmittel, - enth. eine Phenylalaninquelle

**Legende der Allergene:** G - enth. Gluten, Ei - enth. Ei, So - enth. Soja (gen-tech-frei), Mz - enth. Milch einschl. Laktose, Fi - enth. Fisch, Sl - enth. Sellerie, N - enth. Schalenfrüchte, E - enth. Erdnüsse, Sf - enth. Senf, Se - enth. Sesam, Sw - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, Lu - enth. Lupinen, K - enth. Krebstiere, M - mit Milcheiweiß



Ziel des Projektes ist es, die Herkunft regionaler Bio-Lebensmittel transparent zu machen und die ökologische und soziale Nachhaltigkeit regional erzeugter Bio-Lebensmittel herauszustellen.  
Mehr Informationen gibt es unter: [www.loewenzahn-catering.de/de/regional-kalender](http://www.loewenzahn-catering.de/de/regional-kalender)

Wir behalten uns Änderungen am Speiseplan vor!

Wir verwenden BIO-Produkte (DE-ÖKO-070) bei Sättigungsbeilagen außer Zartweizen; weiterhin bei Margarine sowie Milch und Milchprodukten außer Parmesan & Butter.  
Fleisch- und Wurstwaren beziehen wir von Neulandfleischereien (Verein für tiergerechte und umweltschonende Nutztierhaltung e.V.)



# Speiseplan vom 31.03.2025 bis 06.04.2025, 14. Kalenderwoche

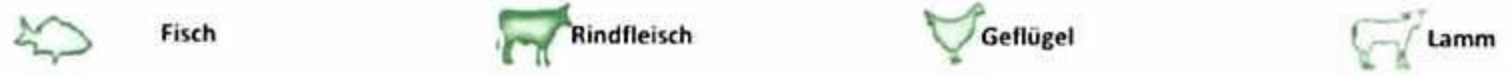
Montag, 31. März 2025				Dienstag, 1. April 2025				Mittwoch, 2. April 2025				Donnerstag, 3. April 2025				Freitag, 4. April 2025			
<b>MITTAGESSEN VEGETARISCH</b>																			
1904,2 kJ	75,9 g (KH)	8,8 g (Ft)	16,8 g (EW)	2405,5 kJ	70,1 g (KH)	22,8 g (Ft)	21,8 g (EW)	1632,2 kJ	50,7 g (KH)	13,2 g (Ft)	13,8 g (EW)	1155 kJ	23,5 g (KH)	13,9 g (Ft)	12,1 g (EW)	1557,7 kJ	51,6 g (KH)	10,9 g (Ft)	9,9 g (EW)

<b>MITTAGESSEN VOLLWERT</b>																			
1267,4 kJ	47,9 g (KH)	8,8 g (Ft)	6,1 g (EW)	1806,6 kJ	70,5 g (KH)	8,8 g (Ft)	14,9 g (EW)	1210,4 kJ	46,1 g (KH)	4,9 g (Ft)	11,6 g (EW)	2308,5 kJ	53,1 g (KH)	27,5 g (Ft)	21,9 g (EW)	1674,8 kJ	46,1 g (KH)	15,4 g (Ft)	14,9 g (EW)
Blumenkohl Mz, M				Brokkollicremesüppchen				Serbischer Bohneneintopf				Chicken Makani - mildes				Seelachsfilet im Reis-Backteig Fi			
Holländische Soße G,Ei,Mz,Sl,M				G,M,Mz				So,G,Sw,1,2,3				Indisches gelbes Hühnchen				Dillsoße G,M,Mz			
Kartoffeln (mit frischen Kräutern)				Vollkorn-Brot G				(Tofu, Zwiebeln, Tomaten, Paprika, Porree, Möhren)				Curry M,Mz,G 				Kartoffelstampf M,Mz 			
Äpfel				Eierkuchen G,Ei,M,Mz				Schusterjungs G				Reis							
				Apfelkompott 3				Heidelbeerjoghurt M,Mz,1				Möhren-Apfel-Rohkost				Gurkensalat			

<b>SALAT und OBST</b>																			
Blattsalat mit Balsamicodressing Sf				Gurkensticks Banane				Rotkohlrhokost				Gurkensticks & Möhrensticks Birne				Fruchtjoghurt M,Mz			
Topping: frische Kräuter				Topping: Schnittlauch				Topping: Kürbiskerne				Topping: Sesam Se				Topping: Sonnenblumenkerne			
Obst-/ Gemüsebuffet				Obst-/ Gemüsebuffet				Obst-/ Gemüsebuffet				Obst-/ Gemüsebuffet				Obst-/ Gemüsebuffet			

**Legende der Zusatzstoffe:** 1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 5 - geschwefelt, 6 - geschwärzt, 7 - gewachst, 8 - mit Phosphat, 9 - mit Süßungsmittel, - enth. eine Phenylalaninquelle

**Legende der Allergene:** G - enth. Gluten, Ei - enth. Ei, So - enth. Soja (gen-tech-frei), Mz - enth. Milch einschl. Laktose, Fi - enth. Fisch, Sl - enth. Sellerie, N - enth. Schalenfrüchte, E - enth. Erdnüsse, Sf - enth. Senf, Se - enth. Sesam, Sw - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, Lu - enth. Lupinen, K - enth. Krebstiere, M - mit Milcheiweiß





Ziel des Projektes ist es, die Herkunft regionaler Bio-Lebensmittel transparent zu machen und die ökologische und soziale Nachhaltigkeit regional erzeugter Bio-Lebensmittel herauszustellen.  
Mehr Informationen gibt es unter: [www.loewenzahn-catering.de/de/regional-kalender](http://www.loewenzahn-catering.de/de/regional-kalender)

Wir behalten uns Änderungen am Speiseplan vor!

Wir verwenden BIO-Produkte (DE-ÖKO-070) bei Sättigungsbeilagen außer Zartweizen; weiterhin bei Margarine sowie Milch und Milchprodukten außer Parmesan & Butter.  
Fleisch- und Wurstwaren beziehen wir von Neulandfleischereien (Verein für tiergerechte und umweltschonende Nutztierhaltung e.V.)